

Konstelace a realita

PhDr. Jaroslav Simon

Systemické konstelace se u nás velmi rychle šíří. Objevují se nové oblasti jejich využití a také jejich kombinace s jinými terapeutickými směry. Nově byl založen Český institut systemických konstelací, který si dal za cíl rozvoj, propagaci a zkvalitňování této metody v České republice. Kromě pořádání konferencí se chce zaměřit na zvaní zahraničních lektorů a nabídku supervize. Dalším jeho záměrem je vytvořit adresný seznam lektorů konstelací včetně jejich vzdělání a odborného zázemí. Tyto ale i další plánované kroky jsou cestou ke zvýšení úrovně tohoto u nás relativně nového směru.

Konstelace vyvolávají nadšený obdiv i kritiku. Jistě to není metoda pro každého. Žádná metoda není pro každého. Po svém workshopu na psychoterapeutické konferenci jsem krátce diskutoval s profesorem Kratochvílem. Bylo zřejmé, že konstelace nejsou zcela jeho šálkem kávy: „...na mne je to moc esoterické“. Ale byla to pro mne velmi příjemná a hodnotná diskuse. Cítil jsem totiž jeho respekt a otevřenost.

Esoterický aspekt bývá jeden z důvodů nepřijatelnosti konstelací. Já sám esoteriku a esoteriky také nemám příliš v oblibě. Z několika důvodů. Mnoho esoteriků samo uniká z reality, a vede k tomu navíc i své klienty. Připadají si mnohdy svou „duchovností“ důležitější než ti ostatní „neesoterici“ a hledí na ně z vrchu. A pak dělají věci, které jsou pro mne zcela neuchopitelné a nehmatatelné. Nejsem zarytý materialista. A myslím, že jsem velmi otevřený. Ale chci vědět, co se děje, anebo k čemu to, co se děje, je. Musí to být pro mne nějakým způsobem uchopitelné. Mohu mít hlavu v oblacích. Ale potřebuji zároveň stát nohama na zemi. Když jsem poprvé zažil konstelace, bylo to na semináři švýcarského lékaře a psychoterapeuta Ivana Verného. Byl jsem z nich ušaslý: „To není možné, jak to může fungovat? Co se to tady děje? Co to ten chlap dělá? Vypadá vzdělaně a navíc je to přece lékař!“ Pak jsem ale zažil více konstelací, stál jsem v rolích, a zjistil jsem, že to opravdu funguje. Byl jsem velmi kritický, zvědavý a stále jsem se ptal. A z Ivana se postupně vyklubal jeden z mých nejvýznamnějších učitelů, který mne profesně i osobně hodně obohatil a jemuž jsem velmi vděčný. Po nějaké době jsem začal konstelace sám dělat. Má zvědavost a snaha mít vše pod kontrolou mi ale nedala. Věděl jsem už, že to funguje, ale snažil jsem se zjistit, jak to funguje. To se mi doposud uspokojivě nepodařilo. Už se tím tak nezabývám. Mám za to, že konstelace jsou jeden ze způsobů, jak se napojit na kolektivní nevědomí. V něm jsou všechny potřebné informace obsaženy. Podrobné vysvětlení je dle mého názoru v oblasti moderní fyziky. Pokusy se světelnými částicemi – tachyony ukazují, že ovlivněním jedné částice se změní vlnění i v druhé. A to i na velkou vzdálenost. Možný dopad závěrů plynoucích z podobných pokusů na vývoj vědy nejsme schopni si zcela uvědomit a zhodnotit. I sám Einstein se snažil zpochybnit některé své objevy, když si uvědomil jejich možný vliv na úroveň poznání. Ale můžeme zůstat v našem oboru. Už před lety Carl Gustav poukazoval na tyto paralely: „Dříve či později se jaderná fyzika a psychologie nevědomí k sobě těsně přiblíží, neboť oba obory nezávisle na sobě a z opačných směrů postupují do oblasti transcendentna. Psyché nemůže být odlišná od hmoty, neboť jak jinak by mohla hmotou hýbat? A hmota nemůže být zcela jiná než psyché, vždyť jak jinak by ji mohla vytvářet? Psyché s hmotou existují v tomtéž světě a každá z nich je součástí té druhé, jinak by jakékoli vzájemné působení nebylo možné. Až se jednou výzkum dostane dostatečně daleko, dospějeme ke konečné shodě mezi fyzikálními a psychologickými koncepty. Naše dnešní pokusy se mohou zdát troufalé, ale věřím, že jdou správným směrem.“ CGJ, r.1955. Carl Gustav Jung: Aion, Nakladatelství Tomáše Janečka, Brno 2003, str.261.

Dalším terčem kritiky konstelací jsou ti, kteří je vedou – lektoři. Neuznávám samozvané a rychlokvašené terapeuty. Svou nekvalitní práci a nedostatkem sebereflexe nedělají konstelacím dobré jméno. Ale asi to jsou „porodní bolesti“ každého nového směru. Zažil jsem celou řadu lektorů konstelací – psychologů i laiků, zkušených i nezkušených, našich i zahraničních. Musím říci, že úroveň vedení konstelací zdaleka nesouvisela vždy s

psychologickým nebo psychoterapeutickým vzděláním, odborností a délkou praxe. Jako nejdůležitější kvality se mi jevily: otevřenost, citlivost, respekt, pokora a vztažnost k realitě. Jako příklad mohu užit svoji poslední konstelaci. Nechal jsem si ji stavět od slovenské terapeutky Katky, která je ve výcviku u Ivana Verného, Zlatky Šrámové a Pavla Konečného. Katka je mladá a v konstelacích téměř nezkušená. Jsem velmi kritický a hodně citlivý na to, když mne někdo sebemenším způsobem manipuluje. Její vedení mé konstelace však bylo úplně skvělé.

Kritizovaným aspektem také bývá manipulace při konstelacích. Ano, často k ní dochází. Ale k té dochází i v jiných směrech. Chyba tedy není v metodě samé, ale v lidech, kteří ji používají. Souvisí to s již zmiňovanými porodními bolestmi tohoto směru u nás. A svou nemalou roli hraje i svůdnost této metody k užití moci.

Hodně diskutované bývá i nedostatečné ošetření po konstelacích. Je pravda, že v této práci se pracuje se závažnými tématy a objevují se v krátkém čase silné emoce. Avšak kdo konstelace dostatečně zažil na vlastní kůži, a tím pádem i způsob, jak se s těmito tématy a emocemi pracuje, získal zkušenost, že dostatečné ošetření klientů v tomto omezeném časovém rámci je možné. Pokud je tomu v praxi jinak, není to chyba metody, ale opět jen lidí, kteří ji dělají.

Diskuse a kritika je vždy důležitá. Ale musí být konstruktivní, konkrétní a adresná. To jsem se naučil již v hodinách marxismu-leninismu. Má zkušenost s diskusí ohledně konstelací tomu však příliš neodpovídá. Diskutovat obecně o manipulaci klientů při konstelaci nebo o jejich dostatečném ošetření je zbytečné. Na hypotetické otázky typu „co by, kdyby“, totiž nikdy nelze dát tazateli uspokojivou odpověď. Proto nemají smysl. Diskutujeme tedy a kritizujeme. Avšak konkrétní lektory při konkrétní práci s konkrétními klienty. Jen taková kritika má smysl a někam vede.

A poslední oblastí, která vyvolává polemiku, jsou knihy o konstelacích. Chápu to. Psát knihy o této metodě je velmi těžké. Je postavena převážně na prožitku, posunech představitelů v prostoru a krátkých větách. Pocity, atmosféru, energii a vlastní průběh této terapeutické práce lze obtížně zprostředkovat slovně, natož písemně. Například své matce jsem tuto metodu nadšeně popisoval několik hodin. Předpokládám u ní nadprůměrnou inteligenci a i zájem a otevřenost ke mně coby synovi. Avšak stejně můj výklad zakončila slovy: „Zní to moc zajímavě, ale stejně to vůbec nechápu.“ Když jsem poprvé četl knihu Berta Hellingera, byla pro mne některá jeho slova naprosto nepřijatelná: „To neexistuje, aby tohle někdo tvrdil, to se přece nedá takto říci!“ Když jsem konstelace více poznal, začala mi postupně jeho slova dávat smysl a začal jsem chápat jejich význam. Knihu jsem tedy začal chápat až v určitém kontextu, kterému jsem už rozuměl a který jsem na vlastní kůži zažil. Jen tak – ve vztažnosti k danému kontextu, mohou být dle mého soudu knihy o konstelacích dobře pochopitelné a stravitelné.

Konstelace jsou metodou, která se z pohledu současné oficiální vědy nepohybuje zcela na pevné půdě. Avšak v terapeutické praxi se čím dál více užívá, funguje a přináší výsledky. Je relativně novým směrem, který se dále vyvíjí a jistě bude v budoucnu i podroben serióznímu výzkumu. Proto myslím, že je důležité, abychom se v přístupu k ní vždy vztahovali ke konkrétní realitě. Ať už jako její nadšení zastánci nebo jako její vášniví odpůrci. Bohužel ne vždy tomu tak u jedněch i u druhých je. Konstelace a realita je proto nejen název tohoto článku, ale i spojení, které si do budoucna na obou stranách přeji.

V Praze 16. ledna 2008

PhDr. Jaroslav Simon
info@jaroslavsimon.cz